

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dewasa ini perilaku merokok sangat mudah ditemui di lingkungan berbagai lapisan masyarakat, daerah perkotaan maupun pedesaan, dari mulai usia belasan hingga puluhan tahun. Hal ini didukung oleh data yang didapat dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013, mulai dari kelompok usia 15 tahun hingga 55 tahun keatas melakukan aktifitas merokok dalam skala setiap hari. Bagi sebagian orang merokok adalah segalanya bahkan lebih penting dari sebuah makanan pokoknya. Para perokok bahkan menutup mata dan mengabaikan tentang bahayanya bahwa sebatang rokok mengandung Nikotin, Timah Hitam, Gas Karbon Monoksida, dan Tar (Aji dkk, 2015). Menurut Heriyansyah & Sariyanto (2017) perokok dibedakan menjadi dua yaitu perokok aktif dan perokok pasif. Perokok aktif adalah seseorang yang merokok setiap hari dalam jangka waktu minimal enam bulan selama hidupnya dan masih merokok hingga saat ini. Sedangkan perokok pasif adalah mereka yang tinggal di sekitar perokok dan mempunyai risiko menderita penyakit akibat merokok sama besarnya dengan perokok itu sendiri.

Menurut Laventhal dan Clearly (dalam Santoso, 2015) seorang individu dikatakan sebagai perokok aktif apabila telah melewati empat tahap berikut yaitu *preparatory*, *initiation*, *becoming a smoker*, dan *maintaining of smoker*. Tahap pertama adalah *preparatory* di mana seseorang mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar, melihat, atau dari hasil bacaan. Kedua adalah *initiation* di mana tahap perintisan merokok, pada tahap ini seseorang akan meneruskan atau tidak perilaku merokok. Tahap ketiga adalah *becoming a smoker*, tahap apabila individu telah mengonsumsi rokok 4 batang selama sehari maka individu akan memiliki kecenderungan menjadi perokok. Tahap terakhir merupakan *maintaining of smoking*, dalam tahap ini rokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara pengaturan diri (*self regulating*). Merokok dilakukan untuk memperoleh efek yang menyenangkan. Dari uraian tahap-tahap

diatas apabila individu telah melewatinya dan mengulang tahap keempat maka individu tersebut telah menjadi seorang perokok aktif. Ketika individu menjadi perokok aktif maka individu akan mengulang perilaku merokoknya untuk mendapatkan efek menyenangkan.

Suryantisa (2018) memaparkan bahwa rokok juga dikonsumsi oleh pria maupun wanita baik di perkotaan maupun di pedesaan. Tahun 2010 prevalensi perokok pria meningkat dari 65,8% menjadi 66% pada tahun 2013. Demikian pula prevalensi perokok wanita meningkat dari 4,1% pada tahun 2010 menjadi 6,7% pada tahun 2013. Secara keseluruhan prevalensi merokok pada pria maupun wanita mengalami kenaikan, ini disebabkan seiring berjalannya waktu dunia mengalami modernisasi dan heterogenitas. Usia pengonsumsi rokok juga dipaparkan mulai dari 15 tahun hingga 55 tahun keatas, artinya mulai dari pelajar hingga orang dewasa yang sudah bekerja turut serta mengonsumsi rokok. Dapat disimpulkan data perokok dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia membuktikan bahwa rokok dikonsumsi oleh berbagai lapisan masyarakat tanpa memandang usia, pendidikan, demografi, dan jenis kelamin.

Kenaikan prevalensi jumlah perokok wanita yang lebih tinggi daripada perokok pria merupakan sebuah hal yang menarik. Suryantisa (2018) menyatakan bahwa berdasarkan demografi jumlah batang rokok yang dikonsumsi oleh wanita di daerah perkotaan lebih banyak dibandingkan pedesaan, dan secara ekonomi bahwa semakin tinggi pendapatan semakin banyak pula mereka mengonsumsi rokok. Martiana dkk (2017) menjelaskan bahwa wanita yang hidup di masyarakat urban memiliki tingkat kebebasan lebih tinggi daripada masyarakat di desa yang kental dengan nilai dan norma sosialnya. Banyak aspek yang membedakan kehidupan masyarakat desa dan masyarakat yang tinggal di lingkungan kota (urban). Heterogenitas muncul di perkotaan yang belum bisa ditemukan di wilayah desa. Mereka mengalami perbedaan baik dari segi pekerjaan, pendidikan, ekonomi, kebiasaan, ataupun aturan yang diterapkan di wilayahnya.

Menurut Anas (2016) menyebutkan tentang beberapa alasan spesifik wanita merokok dan menggolongkan menjadi dua kategori yaitu internal dan eksternal.

Kategori internal antara lain adalah pelampiasan perasaan stres, putus cinta, dan kesepian. Kategori eksternalnya adalah terbiasa oleh perilaku orang tua dan ikut-ikutan. Alasan tersebut merupakan sebab para wanita memutuskan menjadi perokok aktif, 60% alasan timbul dari masalah yang ada dalam dirinya, sedangkan 40% adalah masalah dari luar dirinya.

Alasan pertama yang ditimbulkan dari masalah yang ada dalam diri (psikis) wanita perokok terbanyak pertama adalah pelampiasan rasa stres. Para wanita mengaku pekerjaannya yang sangat padat dari pagi hingga malam, sedangkan untuk mendapatkan hiburan sangat sulit sehingga rokok sebagai pelarian ditengah-tengah padatnya pekerjaan yang dilakukan dengan alasan otak dapat lebih santai saat mengerjakan pekerjaan. Alasan terbanyak kedua adalah putus cinta, di mana kekesalan pada mantan pacarnya tidak mampu dilampiaskan dan akhirnya memilih mencoba untuk merokok dan ketagihan sampai menjadikannya sebuah perilaku merokok yang rutin. Kebanyakan *single parents* atau yang biasa disebut orang tua tunggal yang merawat anaknya memiliki alasan menjadi wanita perokok karena pelampiasan kesendiriannya, sebab mereka merasa dengan merokok rasa kesendiriannya bisa sedikit hilang dan tidak mengganggu pikirannya (Anas, 2016).

Alasan yang timbul dari luar dirinya atau lingkungan yang pertama yaitu kebiasaan dari keluarga. Mereka mengaku bahwa ingin mencoba kebiasaan yang dilakukan oleh Ibu dan Neneknya yang juga seorang mantan perokok, maka baginya merokok bukanlah hal asing lagi. Alasan kedua yang timbul dari lingkungan adalah teman sebaya. Banyak wanita perokok yang awalnya mencoba karena lingkungan sebayanya juga termasuk perokok. Lingkungan sebaya merupakan salah satu pengaruh kuat untuk terbentuknya perilaku seseorang, maka tidak sedikit pula sebuah perilaku terbentuk dari pengaruh teman, termasuk perilaku merokok sebelumnya sudah dibicarakan (Anas, 2016).

Ana (2019) mengungkapkan perjalanan wanita perokok tidak berjalan lancar sampai disini, mereka harus berhadapan langsung dengan regulasi yang ketat dan stigma negatif masyarakat. Sebuah regulasi tidak hanya mengatur wanita perokok tetapi juga perokok secara universal. Contoh regulasi disini adalah larangan-larangan

merokok di tempat umum, seperti misalnya dilarang merokok di rumah sakit, dilarang merokok di transportasi umum, dan dilarang merokok di ruangan ber-AC. Ada pula regulasi yang mengatur kegiatan merokoknya di salah satu universitas di Indonesia ada aturan yang melarang mahasiswinya merokok di area kampus atau akan diberi sanksi *drop out*.

Selain sebuah regulasi, stigma masyarakat juga menghambat perilaku merokok seorang wanita. Keterikatan wanita terhadap rokok menimbulkan berbagai kontroversi dalam kehidupannya. Seorang wanita dalam anggapan masyarakat adalah sebagai pihak yang ditabukan untuk merokok. Akibatnya wanita perokok sering kali mendapat diskriminasi berupa citra buruk dalam masyarakat, serta dilabeli dengan sebutan ‘wanita nakal’. Tak jarang perokok wanita dianggap murahan dan diidentikkan dengan gaya hidup yang hedonis (Ana, 2019).

Kokohnya stigma buruk tersebut juga diakibatkan karena adanya konstruksi sosial yang mempresentasikan kehidupan wanita perokok yang seringkali digambarkan berperilaku menyimpang. Kurangnya emansipasi antara laki-laki dan wanita juga turut menjadikan wanita perokok lebih sering menerima stigma buruk dibandingkan dengan perokok laki-laki yang sudah dianggap biasa saja (Ana, 2019). Wanita juga dicitrakan masyarakat sebagai sosok yang mengerti akan implikasi perilakunya, sehingga diharapkan dapat berjalan sesuai dengan citra yang diciptakan. Namun kenyataan berkata lain, bahkan mencapai 6,7% wanita di Indonesia memilih untuk menjadi perokok dan mereka mengalami diskriminasi dalam kehidupan sosialnya (Maghviroh, 2017).

Bemmelen (dalam Sudarta, 2003) juga mengatakan bahwa seorang wanita yang lekat digambarkan oleh masyarakat adalah memiliki ciri-ciri lemah lembut atau halus dan emosional. Sedangkan rokok dianggap lekat dengan sifat maskulinitas, sehingga perilaku wanita merokok dianggap bertolak belakang dengan ciri-ciri seorang wanita pada umumnya. Sehubungan dengan itu, wanita perokok juga dicitrakan sarat akan sifat santun. Hal tersebut menyebabkan peran wanita menjadi terbatas; terikat oleh sistem sosial. Namun bagi wanita perokok, mereka tidak dapat

meninggalkan rokok begitu saja sebab rokok merupakan lambang resistensi dirinya (Putra, 2014).

Ketika wanita perokok memahami hakikat stereotip negatif masyarakat, hal itu akan memengaruhi bagaimana sikap dan perilaku terhadap lingkungannya. Wanita perokok akan mengalami proses berpikir mengenai perilaku merokok yang dilakukannya. Proses ini akan menimbulkan perasaan tidak nyaman dalam dirinya karena terjadi ketidakseimbangan (Maghviroh, 2017). Perasaan tidak nyaman dan ketidakseimbangan memunculkan sebuah konflik dalam diri wanita perokok. Konflik yang muncul dalam diri wanita perokok disebut konflik intrapersonal. Konflik intrapersonal merupakan konflik yang terjadi karena pertentangan antara perilaku dengan suara batin individu (Khofiannida dan Hardjanta, 2012). Stoner dan Wankel menjelaskan konflik intrapersonal adalah konflik seseorang dengan dirinya sendiri. Konflik terjadi bila pada waktu yang sama seseorang memiliki dua keinginan yang tidak mungkin dipenuhi sekaligus (Wirawan, 2010).

Wirawan (2010) menjelaskan bahwa ketika menghadapi konflik, muncul di mana individu akan mempersepsikan adanya tujuan yang bertentangan dan merasa adanya campur tangan dari orang lain. Berbagai cara yang disalurkan akan memainkan peran kritis dalam interaksi konflik, karena akan menentukan reaksi individu terhadap suatu konflik yang terjadi. Artinya bahwa seorang wanita perokok akan mempersepsikan, menjalani dan menyelesaikan konfliknya dengan cara yang berbeda-beda. Maka tidak semua wanita perokok menyelesaikan konflik intrapersonalnya dengan cara yang sama.

Maghviroh (2017) menjelaskan bahwa wanita perokok ini berada di antara keinginan memenuhi kebutuhan rasa stres dan menghindari stigma negatif masyarakat. Situasi ini menimbulkan ketidaknyamanan secara psikologis. Ketidaknyamanan yang dialami wanita perokok disebabkan oleh stigma negatif masyarakat. Sebagai suatu bentuk ketegangan, individu akan termotivasi untuk mengatasinya agar semua elemen kognitif dapat bersesuaian kembali. Ketidaknyamanan secara psikologis dan ketegangan yang timbul pada wanita perokok disebabkan perselisihan dan kepentingan yang beragam, maka sebagian

besar wanita perokok sedikit banyak mengalami konflik intrapersonal (Maghviroh, 2017). Soerjono dan Soekanto menjelaskan faktor-faktor yang mendorong terjadinya konflik yang meliputi perbedaan antar individu akan melahirkan sebuah perselisihan, perbedaan kebudayaan yang mengacu pada pola kebudayaan setiap individu, perbedaan kepentingan yang beragam, dan perubahan sosial yang mengubah nilai-nilai masyarakat (Ari, 2012).

Konflik intrapersonal yang timbul dari stigma negatif masyarakat memunculkan sebuah guncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya, sebagai akibat adanya *gap* antara individu dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungan. *Gap* inilah yang menjadi sumber terjadinya konflik yang kemudian terwujud dalam kecemasan, sehingga untuk meredakannya individu harus melakukan sebuah penyesuaian (Choirudin, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pramarti (2013) terkait dengan ‘Hubungan antara Kestabilan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Wanita Usia Dewasa Awal Perokok di Kecamatan Jebres Surakarta’. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kestabilan emosi dan penyesuaian diri pada wanita perokok. Artinya, semakin tinggi kestabilan emosi maka akan semakin tinggi penyesuaian diri pada wanita perokok.

Penyesuaian yang dibutuhkan merupakan penyesuaian sosial, sebab timbulnya perasaan tidak nyaman diawali dari stigma negatif masyarakat. Penyesuaian yang baik mampu menyelesaikan konflik-konflik mental, frustrasi dan kesulitan-kesulitan dalam diri maupun kesulitan yang berhubungan dengan lingkungan sosial, sehingga individu mampu menjalin komunikasi dengan orang lain, menyelaraskan antara tuntutan dirinya dan lingkungan, mampu mengaktualisasikan dirinya dalam kelompok dan sikap sosial yang menyenangkan (Lestari, 2016).

Penyesuaian sosial bukanlah sesuatu yang otomatis mudah untuk dilakukan, melainkan sebuah proses yang panjang. Agar seluruh elemen yang dirasakan dapat bersesuaian dengan lingkungan masyarakat, wanita perokok memiliki penyesuaian sosial dengan caranya masing-masing. Terlepas mengarah dalam hal positif atau negatif, bentuk penyesuaian sosial merupakan usaha dirinya untuk menyelaraskan

diri dengan lingkungan masyarakat (Lestari, 2016). Schneiders (2014) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif dan bermanfaat terhadap realitas sosial, situasi, dan hubungan sehingga tuntutan atau kebutuhan dalam kehidupan sosial terpenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan. Penyesuaian sosial yang baik ditandai dengan munculnya respon yang matang, efisien, memuaskan dan sehat. Seorang individu dikatakan mencapai ukuran baik adalah ketika ia mampu menunjukkan penampilan nyata melalui sikap dan tingkah laku yang nyata (Santoso dan Purnomo, 2015).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Budisantoso (2017) dengan judul Konflik Intrapersonal dan *Strategi Dealing* pada Gay yang Religius. Konflik intrapersonal yang mereka alami adalah menjadi gay yang dipandang negatif oleh masyarakat, sehingga memunculkan *strategi dealing* untuk membuat mereka tetap menjalani kedua identitasnya yaitu sebagai gay dan individu yang religius. Selaras dengan stigma negatif masyarakat pada wanita perokok menuntut sebuah upaya penyesuaian sosial agar dapat merepresentasikan diri di lingkungan masyarakat. Seperti yang diungkapkan Schneiders (2014) menjelaskan salah satu aspek seseorang melakukan penyesuaian sosial dengan baik adalah ketika dirinya memenuhi kriteria sosial dan hati nuraninya, agar mendapat hubungan yang lebih serasi antara diri dengan lingkungan.

Ardianasari (2013) menjelaskan bahwa penyesuaian sosial merupakan unsur penting individu dalam menjalin hubungan dengan orang-orang disekitarnya. Kemampuan penyesuaian sosial yang baik mampu mendorong individu menggunakan pengetahuan dan keterampilan dalam mewujudkan aspek-aspek positif dalam menjalin hubungan. Dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial merupakan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan kelompok sesuai dengan keinginan dan tuntutan lingkungan. Wujud dari keberhasilan penyesuaian sosial antara lain individu mampu menjalin komunikasi dengan orang lain, menyelaraskan antara tuntutan dirinya dan tuntutan lingkungan, memenuhi aturan kelompok masyarakat dan mampu bertindak sesuai

norma yang berlaku, mampu mengaktualisasikan dirinya dalam kelompok, ikut berpartisipasi dalam kelompok, menyenangkan orang lain, dan bertoleransi.

Schneiders (2014) menjelaskan salah satu faktor penyesuaian sosial adalah konflik. Konflik terhadap perilaku bergantung pada sifat konflik itu sendiri. Sebenarnya beberapa konflik dapat memotivasi seseorang untuk meningkatkan kegiatan dan penyesuaian sosialnya. Ada yang mengatasi konfliknya dengan meningkatkan usaha ke arah pencapaian tujuan yang menguntungkan bersama secara sosial. Akan tetapi ada pula yang memecahkan konflik dengan cara melarikan diri sehingga menimbulkan gejala neurotis. Idealnya wanita perokok yang mengalami konflik intrapersonal akan menyelesaikan masalahnya dengan mempertimbangkan bobot konflik yang ia rasakan. Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yusuf (2018) yang berjudul Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dalam Lingkungan Kerja Dengan Manajemen Konflik Di Kalangan Karyawan UD. Sido Muncul Blitar bahwa hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan manajemen konflik, di mana individu yang mudah menyesuaikan diri maka akan mudah pula menyelesaikan konflik.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, wanita perokok dianggap melanggar norma atau nilai masyarakat sehingga timbul konflik intrapersonal dalam dirinya. Dari konflik intrapersonal yang muncul maka dapat kita melihat cara penyesuaian sosial wanita perokok. Maka dari itu peneliti merasa perlu untuk mengetahui akankah terdapat pengaruh konflik intrapersonal terhadap penyesuaian sosial pada wanita perokok. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti mengambil judul “Pengaruh Konflik Intrapersonal terhadap Penyesuaian Sosial pada Wanita Perokok”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang, maka pertanyaan penelitian yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh konflik intrapersonal terhadap penyesuaian sosial pada wanita perokok?”

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh konflik intrapersonal terhadap penyesuaian sosial pada wanita perokok.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis. Adapun manfaat yang diharapkan sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi dan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya di Psikologi Sosial dan Psikologi Klinis tentang bagaimana pengaruh konflik intrapersonal terhadap penyesuaian sosial pada wanita perokok.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman subjek tentang pengaruh konflik intrapersonal terhadap penyesuaian sosial sehingga mampu menemukan cara penyelesaian terhadap konflik intrapersonal yang dialami. Dengan demikian diharapkan mampu membantu dalam melakukan penyesuaian sosial pada lingkungan.

b. Bagi Keluarga Subjek

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman keluarga subjek sebagai bentuk dukungan yang dapat meredakan konflik yang dialami oleh subjek sehingga dapat melakukan penyesuaian sosial pada lingkungan dengan baik.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pengaruh perilaku diskriminatif dari lingkungan sosial terhadap kemunculan konflik intrapersonal yang dialami wanita perokok. Dengan demikian diharapkan mampu membantu subjek penelitian dalam melakukan penyesuaian sosial dengan baik dan menciptakan lingkungan sosial yang kondusif.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber rujukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa dengan variabel konflik intrapersonal dan penyesuaian sosial.